お知らせ版
広報 とうかい
暮らしに役立つ情報紙 Tokai Village Public Relations
2014 2 25日号
No. 263
毎月10日・25日発行

「鬼は〜外！ 福は〜内！」高校生のお姉さんたちと一緒に、楽しく豆まき！
▼宿幼稚園・節分豆まき会（2月3日）

Contents ［2月の主な話題］

消すまでは 心の警報 ＯＮのまま

３月１日～７日

命と財産を守るために
一人ひとりが防火を！

■住宅防火 ～あらためて確認を！！～

住宅防火 いのちを守る ７つのポイント

３つの習慣

①**寝たばこ**は、絶対にやめる。
②**ストーブ**は、燃えやすい物から離れた位置で使用する。
③**ガスコンロ**などのそばを離れるときは、必ず火を消す。

４つの対策

①逃げ遅れを防ぐために、**住宅用火災警報器**を設置する。
②寝具や衣類、カーテンから燃え広がる火災を防ぐために、**防炎品**を使用する。
③火災を小さいうちに消すために、**消火器等**を設置する。
④お年寄りや体の不自由な方を守るために、**隣近所の協力体制**をつくる。

●住宅用火災警報器の電池切れ、寿命に注意！！●

電池切れ　電池が切れると、音声案内または「ピッ・・ピッ・・・」と短い一定の間隔で音が鳴りますので、新しい電池と交換しましょう。

寿　　命　メーカーによって異なりますが、本体の寿命はおおむね10年です。設置後10年が経過したら、新しい警報器に交換することをお勧めします。詳細は取扱説明書を参考に確認してください。

■村内で発生した火災 ～みんなで防火意識を高めましょう～

村内の火災発生状況（平成25年）

【種別】

種別	件数
建物	９件
車両	１件
林野	１件

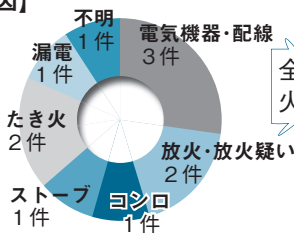
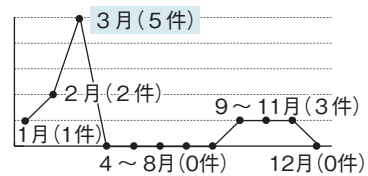
火災件数 11件

【原因】

原因	件数
電気機器・配線	３件
放火・放火疑い	２件
コンロ	１件
ストーブ	１件
たき火	２件
漏電	１件
不明	１件

全国的に多い火災原因です

【月別件数】

１月（１件）、２月（２件）、３月（５件）、４～８月（０件）、９～11月（３件）、12月（０件）

火災発生件数は前年より４件減りましたが、建物火災は５件増えています。また、火災により２人の方が亡くなられています。

●放火が頻発しています●

昨年から管内（ひたちなか市·東海村）で放火や放火の疑いによる火災が頻発しています。消防署や消防団でも巡視警戒を行っていますが、村民の皆さんも次の対策をお願いします。

放火防止のための５つの対策

①ごみ類は収集日の朝に出す。また、むやみに外に放置しない。
②家の周りや共同住宅の共有部分（階段や通路等）には、物を置かない。
③車やバイク、自転車には積極的に防炎品を使用する。
④物置や車庫の施錠をする。また、郵便物等をためない。
⑤自治会や自主防災組織に積極的に参加し、地域ぐるみで見回りを行うなど放火火災防止に取り組む。

消防職員が訪問販売をすることはありません！

消防職員を装った不適切な訪問販売が県内で発生しています。消防職員が訪問して、消火器や住宅用火災警報器を販売することはありません。そのような場合は、必ずはっきりと断りましょう。

問い合わせ　ひたちなか·東海広域事務組合消防本部予防課（☎271-0735）

11人の実行委員が昨年の５月からアイデアを出し、話し合いを進めてきた立志式。
今年の統一テーマは「自分を磨く～未来の私が輝くために～」

●自分を見詰め直し、大人への一歩を踏み出す「立志式」

２月６日、東海中学校と東海南中学校の合同による「立志式」が東海文化センターで開催され、参加した中学２年生が、今まで育ててくれた両親とお世話になった先生方への感謝の気持ちや、今後の成長と夢に向かって進んでいく決意を、さまざまなパフォーマンスで表現しました。また、式の中で行われた講演会では、東海中学校卒業生でメゾ･ソプラノ歌手の山田裕美さんが、その歌声を披露するとともに「しっかりと自分をもった素敵な大人になってください」と、熱いメッセージを贈りました。14歳という一つの節目を迎えた中学生たち――終盤には、会場を訪れていた保護者へ心を込めた歌を贈り、それぞれが新たな志を胸に、その一歩を踏み出しました。

美しく力強い歌声を披露する山田裕美さん

【写真左から】佐川さん、鈴木實さん（村松北区自治会長）、高﨑あす美さん（東海村男女共同参画推進委員会委員）、根本貴彬さん（茨城大学人文学部３年）

●より良い地域づくりに向けて…「まちづくりフォーラム」

２月９日、真崎コミュニティセンターで、平成25年度「まちづくりフォーラム」が行われました。これは、地域活動に関わる方々が一堂に会し、今後の地域活動のあり方や地域コミュニティーの役割等について考える場として、毎年行われているもの。パネルディスカッションでは、コーディネーターに茨城大学人文学部教授の佐川泰弘さんを迎え、自治会関係者、女性、若者をパネラーとして、それぞれの立場から活発な意見が交わされました。地域ごとに居住スタイルや環境が異なり、また個人の価値観も多様化する今日、どうしたら地域住民が一丸となってさまざまな課題に向き合っていけるのか――ここで得たヒントを基に、今後もより良い地域づくりに向けて、取り組みは続きます。

●災害時は強く、普段は優しい“新システム”を導入！

２月12日、基幹避難所の一つである白方コミュニティセンターで「ＥＶ電力サポートシステム完成披露セレモニー」が行われました。このシステムは、普段は公用車として使用している電気自動車（ＥＶ）を、非常時は避難所の電力源に使用するというもので、各避難所に、電力を供給するための設備が設置されたことから、一般に披露されました。災害時は、主に太陽光発電による電力の確保が難しい夜間にその供給を担い（24kWh、２日分の夜間電力を賄う）、普段は、二酸化炭素を排出しないエコカーとして活躍するほか、高額な蓄電池を購入しなくてもよいなど、環境にも財布にも優しいこの取り組み――村の目指すまちづくりに合致するだけでなく、各自治体の中でも先進的な取り組みとして注目を浴びています。

コミュニティセンターに設置された電気設備に、電気自動車から電力を供給する接続式に臨む山田村長

お知らせ・ピックアップ
いんふぉめーしょん
役場の電話番号 ☎282-1711(代表)

暮らし

専門家が相談に応じます!「放射線に関する相談コーナー」

食品に含まれる放射性物質や、放射線の人体への影響など、身近な疑問や不安についてご相談ください。

3月の日程等▼

期日	場所
5日(水)	村松コミュニティセンター
12日(水)	白方コミュニティセンター
19日(水)	中丸コミュニティセンター

時間▼午前10時30分~午後1時30分
費用▼無料
問原子力安全対策課(内線1518)
※事前申し込みは不要です。

多重債務でお悩みの方へ 相談窓口があります

水戸財務事務所では、「多重債務相談窓口」を開設し、債務整理のアドバイスや法律専門家への引継ぎを行っています。返済のために借金を重ねている、返済しているのに元本が減らないなど、借金でお困りの際は、一人で悩まず、まずはご相談ください。相談は無料で、秘密は厳守します。
期日▼月曜日~金曜日(祝日を除く)
受付時間▼午前8時30分~午後4時30分(正午~午後1時を除く)
問関東財務局水戸財務事務所(相談専用ダイヤル ☎221局3190)

健康・医療

「みんなですこやかウォーキング」

期日▼3月5日(水)(雨天中止)
時間▼午前10時から(午前9時30分受け付け開始)
集合場所▼総合福祉センター「絆」(保健センター入り口前)
対象▼村内在住の方
内容▼1時間程度のウオーキング(総合福祉センター周回ヘルスロード・Dコース)
参加費▼無料
その他▼飲み物やタオルをお持ちください。
問保健センター(☎282局2797)

命が救える身近なボランティア“献血”にご協力ください!

病気やけがの治療のために、国内では毎日約3000人もの方が輸血を必要としているといわれています。血液は人工的に造れない上、長期保存もできないため、年間を通じての献血が不可欠です。皆さんのご協力をお願いします。
期日▼3月16日(日)
時間▼午前10時~午後4時(午後0時15分~午後1時30分を除く)
場所▼イオン東海店
持参するもの▼①自動車運転免許証等の身分を証するもの(初めて献血する方と過去の献血で本人確認が済んでいない方のみ)②献血手帳・献血カード(お持ちの方のみ)
問保健センター(☎282局2797)

●3月の休日診療●

受付時間 午前9時30分から午後2時まで ※正午~午後1時を除きます。

期日	医療機関名	電話番号
2日(日)	武藤小児クリニック	282-7722
9日(日)	茨城東病院	282-1151
16日(日)	村立東海病院	282-2188
21日(金)	東原クリニック	283-2301
23日(日)	東海クリニック	283-1711
30日(日)	村立東海病院	282-2188

救急医療機関をお探しのときは ▼毎日…24時間対応
茨城県救急医療情報コントロールセンター(☎241-4199)

茨城子ども救急電話相談 ▼毎日…午後6時30分~11時30分▼日曜日、祝日、年末・年始(12月29日~1月3日)…午前9時~午後5時
プッシュ回線の固定電話、携帯電話から(☎#8000)
全ての電話から(☎254-9900)

●3月の健康体操参加者募集●

問合せ SCスマイルTOKAI事務局(総合体育館内 ☎283-1001)

●エンジョイ・ヘルスアップ(ストレッチ体操、ヨガなど)

期日	場所
6日(木)	総合福祉センター「絆」
時間	午前9時30分~11時
対象	村内在住で40歳以上65歳未満の方

※初めて参加する方は、事前に申し込みください。

●3月の住まいに関する相談●

場所 都市政策課(役場行政棟2階)
問合せ 都市政策課(内線1247、1248)

相談日	時間	相談内容
20日(木)	10:00~16:00	新築、増築、改築、耐震診断、リフォーム等

●1月の村内交通事故発生状況●

	発生件数	死者数	負傷者数
件数	24	0	37
累計(1月から)	24	0	37
前年比	+11	0	+14

●防災行政無線の内容が無料で聞けるテレホンサービス●

全ての電話から(☎0120-42-4848)

「水中体操教室」

健康維持と障がい者の機能回復のための「水中体操教室」を開催します。

期間▼4月7日(月)から9月22日(月)まで(各全20回)

時間等▼

【健康維持コース】

クラス	時間	定員
月曜1組	9:30 ～ 10:30	各13人
木曜1組		
金曜1組		
土曜1組		
月曜2組※	11:00 ～ 12:00	各10人
木曜2組※		
金曜2組		各13人
土曜2組		
金曜3組	13:00 ～ 14:00	13人

【少人数コース】

クラス	曜日	時間	定員
少人数1組	月	13:00 ～ 14:00	各6人
少人数2組	木		
少人数3組	木	14:30 ～ 15:30	

※【健康維持コース】の月曜2組と木曜2組は、ほかの組よりもゆっくりと水中体操を行います。

わしも参加してみようかのぉ。

場所▼総合福祉センター「絆」

対象▼**健康維持コース**…村内在住で40歳以上の方 **少人数コース**…村内在住の40歳以上で障がいがあり、少人数での指導を希望する方

内容▼水中でのウオーキングや体操など

参加費▼9000円／人

その他▼▽高年齢の方、初めて参加する方を優先とし、応募者多数の場合は抽選となります。▽受け付けの際に、簡単な問診を行います。▽医師の意見書が必要になる場合があります。

申・問3月3日(月)から12日(水)までに、高齢者センター「絆」内(☎282局4300)にお越しの上、申し込みください(電話での申し込みは不可)。

「脳骨筋健康体操教室」

脳を刺激し、活性化させながら筋力アップを図ります。

期間▼4月8日から9月30日まで(全て火曜日 全18回)

時間▼**Aクラス**…午前9時30分～10時30分 **Bクラス**…午前11時～正午

場所▼総合福祉センター「絆」

対象▼村内在住でおおむね65歳以上の方

定員▼各クラス50人 ※高年齢の方、初めて参加する方を優先とし、応募者多数の場合は抽選となります。

参加費▼3000円／人

申・問3月4日(火)から12日(水)までに、高齢者センター「絆」内(☎282局4300)にお越しの上、申し込みください(電話での申し込みは不可)。

福祉

「家族交流会」

村では、家族に心の病気を持つ方がいる村内在住の方を対象に、不安・悩みの相談や意見交換を行う「家族交流会」を開催します。お気軽にご参加ください。

期日▼3月14日(金)

時間▼午後1時30分～3時30分

場所▼なごみ・総合支援センター

参加費▼無料

問地域生活支援センター(☎287局2525)

NPO法人「楽楽茶の間」による「生きがいづくり支援事業」

健康体操やレクリエーションを通して、楽しく仲間づくりをしませんか。

3月の日程等▼

期日	場所
3日(月)	白方コミュニティセンター ※昼食をお持ちください。
4日(火)	真崎コミュニティセンター なごみ・総合支援センター 百塚区自治会集会所
7日(金)	石神コミュニティセンター なごみ・総合支援センター 豊白区自治会集会所 外宿2区自治会集会所
11日(火)	舟石川コミュニティセンター なごみ・総合支援センター
14日(金)	白方コミュニティセンター なごみ・総合支援センター 豊岡区自治会集会所
18日(火)	石神コミュニティセンター なごみ・総合支援センター 百塚区自治会集会所
25日(火)	舟石川コミュニティセンター なごみ・総合支援センター 舟石川中丸区自治会集会所
28日(金)	なごみ・総合支援センター 内宿1区自治会集会所 豊白区自治会集会所 白方区自治会集会所 中丸コミュニティセンター(午後のみ)

時間▼午前10時～午後3時

対象▼村内在住で65歳以上の方

参加費▼300円／回(昼食代)

問地域包括支援センター(☎287局2516)

3月は「茨城県自殺防止月間」です

自殺は「孤立の病」ともいわれています。県では現在、村や各種団体等と連携しながら「つながる〝わ〟ささえる〝わ〟茨城いのちの絆キャンペーン」を実施しています。周囲との絆を回復することが自殺の予防につながります。周囲に心に悩みを抱えている方が居たら、声を掛けてみませんか？

なお村では、一人で悩みを抱えることのないように、精神保健福祉士等による「心の健康相談」を随時実施していますので、お気軽にご利用ください。また、周囲の方のことで何か気付いたことがあったときも、なごみ・総合支援センターへご相談ください。

問 茨城県障害福祉課（☎301局3368）、なごみ・総合支援センター（☎287局2525）

特定疾患・関節リウマチ・精神疾患患者に助成金を支給します

特定疾患（原因が不明で治療方法の確立していない難病）の患者の方等に対し、医療費の自己負担分のうち、月額4000円を上限に医療福祉助成金を支給します。

申請期間▼3月3日（月）～31日（月）

※土・日曜日、祝日を除きます。

対象▼村内在住で①特定疾患の治療をしており「一般特定疾患医療受給者証」を持ち、自己負担がある②関節リウマチの治療をしている③精神疾患の治療をしており「精神障害者保健福祉手帳」または「自立支援医療受給者証（精神通院）」を持ち、自己負担がある――のいずれかに該当する方

申請方法▼▽申請書▽医療機関の領収書（診療日が平成25年9月（平成25年9月に申請をしていない場合は平成25年3月）から、平成26年2月までのもの）▽口座番号が確認できるもの（預金通帳やカード）▽委任状・印鑑（振込口座が申請者名義でない場合のみ）――のほか、①の方は「一般特定疾患医療受給者証」、②の方は医師の診断書（過去に助成を受けたことがない方のみ）、③の方は「精神障害者保健福祉手帳」または「自立支援医療受給者証（精神通院）」――をお持ちください。

申・問 なごみ・総合支援センター（☎287局2525）

福祉の仕事しませんか？「福祉・介護職場就職相談会」

社会福祉法人茨城県社会福祉協議会のキャリア支援専門員による相談会です。高齢化の進展に伴って、ますます活躍の機会が増えている福祉・介護に関する職場への就職相談のほか、資格取得や、求人に関する相談にも応じますので、お気軽にご相談ください。

期日▼3月11日（火）

時間▼午後1時～3時30分

場所▼常陸太田市総合福祉会館（常陸太田市稲木町33）

参加費▼無料

申・問 3月10日（月）までに、電話で社会福祉法人茨城県社会福祉協議会茨城県福祉人材センター（☎244局4544）へ申し込みください。

●3月の健康相談●

場　所　保健センター（総合福祉センター「絆」内）

問合せ　保健センター（☎282-2797）

●健康相談	期日・受付時間
母子健康相談（乳幼児身体測定、育児相談）	20日（木）9:30～11:00 13:00～14:00
元気アップ健康相談（健康に関する相談）	※希望日時をご連絡ください。

●乳幼児健診	期日・受付時間	対象児
乳児	12日（水）13:00～13:45	平成25年10月生まれの子
1歳6か月児	13日（木）13:00～13:45	平成24年8月生まれの子
3歳児	19日（水）13:00～13:45	平成23年1月生まれの子
2歳半歯科	14日（金）13:00～13:45	平成23年8月生まれの子

●乳幼児教室	期日・受付時間	対象児
赤ちゃん教室	18日（火）13:00～13:20	平成25年12月生まれの子

●3月の心配ごと相談・人権相談・行政相談等●

場　所　心配ごと相談所（総合福祉センター「絆」内）

問合せ　東海村社会福祉協議会（☎282-2804）

相談日	時間	相談種別
7日（金）	10:00～12:00	弁護士による相談（事前予約）
	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談
14日（金）	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談・行政相談
	13:00～15:00	行政書士による相談（事前予約）
28日（金）	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談・行政相談
毎週月・水曜日	13:30～15:00（祝日を除く）	心配ごと電話相談（☎282-0917）

●ニート相談・女性生活相談・消費生活相談●

場　所　村民相談室（役場行政棟2階）

問合せ　自治推進課村民相談室（内線1275）

●ニート相談（☎287-0862）	
期　日	毎週火・金曜日（祝日を除く）
時　間	午前9時～正午、午後1時～5時

●女性生活相談（☎287-0863）	
期　日	毎週月・水・木曜日（祝日を除く）
時　間	午前9時～正午、午後1時～4時

●消費生活相談（☎287-0858）	
期　日	毎週月～金曜日（祝日を除く）
時　間	午前9時～正午、午後1時～4時

子育て

これからママになる方のための「ハローベビースクール」

妊娠・出産・育児について学んだり、さまざまな不安や悩みを相談したりできる教室です。

日程等▼

日　時	内　容
3月17日(月) 9:30～13:00	助産師と話そう、栄養の話と調理実習 ※エプロン・三角巾をお持ちください。
3月28日(金) 13:30～16:00	出産と産後の生活・母と子の歯の健康・チャイルドシートについて
3月29日(土) 9:20～12:00	沐浴練習、パパの妊婦体験 ※エプロンをお持ちください。

場所▼保健センター
参加費▼無料
その他▼▽母子健康手帳と母子健康手帳副読本、筆記用具をお持ちください。▽予約制保育サービス(無料)があります(3月29日を除く)。
申・問3月17日参加希望の方と保育サービス利用希望の方は、3月10日(月)まで(土・日曜日を除く)に、保健センター(☎282局2797)へ申し込みください。

教養・スポーツ

東海村吹奏楽団創立10周年 第7回「春の演奏会」

期日▼3月9日(日)
時間▼午後2時開演(午後1時30分開場)
場所▼東海文化センター
内容▼▽**指揮**…原進さん(東海村吹奏楽団常任指揮者)▽**曲目**…①歌劇「トゥーランドット」より ②歌劇「アイーダ」より凱旋行進曲 ③ゲールフォース ④旅立つあなたへ(卒業写真～栄光の架け橋～旅立ちの日に) ⑤光と風の四季(NHK「小さな旅」テーマ曲)ほか
入場料▼無料
その他▼当日は、東海文化センター駐車場のほか、臨時駐車場として県立東海高等学校と東海南中学校の駐車場を利用できます。
問東海文化センター(☎282局8511)

人権教育講演会「いじめ問題にどう向きあうか」

子どもを守るためには、その小さな変化を見逃さないことが大切です。皆さんもこの機会に、いじめ問題について、一緒に考えてみませんか。

期日▼3月8日(土)
時間▼午後2時～3時30分(午後1時30分受け付け開始)
場所▼中央公民館
講師▼程塚洋さん(つくば国際大学東風小学校副校長)
入場料▼無料
問中央公民館(☎282局3329)※事前申し込みは不要です。

募集 キッドビクスクラブ会員募集

小さなお子さんのいるお母さんのための託児付きクラブです。エアロビクス(月2回)とヨガ(月1回)でリフレッシュを図りながら、お母さんの運動後には、お子さんのためのキッドビクス(月1回)を行います。

活動日▼原則毎週火曜日(月3回)
時間▼午前10時30分～
場所▼舟石川コミュニティセンター
対象▼5か月以上の子とその母親
会費▼2500円/月 ※託児なしの場合は1500円/月となります。
その他▼500円/回で体験が可能です(1人1回まで)。
申・問横山栄子さん(☎090-4380-8937 e kidbics.k@gmail.com)

その他

募集 「高齢者はつらつ百人委員会」委員募集

高齢者の誰もが健康で心豊かな生活を送れるように、高齢者自らが健康づくり・生きがいづくりに関する事業(ウオーキング・健康づくり講演会・福祉施設ボランティア・パソコン講習会等)を企画して、実施する委員会です。

期間▼4月から平成28年3月31日まで
対象▼県内在住で①おおむね60歳以上②委員会の活動に出席できる③委員として5期(10年)務めていない④地方公共団体の長または議員でない――を満たす方 ※③の範囲内であれば、再応募も可能です。
募集人員▼50人程度(県北地域で構成する委員会)
その他▼報酬・交通費等の支給はありません。
申・問はがきに住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・応募の動機・活動の抱負・社会活動歴等を明記の上、3月7日(金)(消印有効)までに、茨城県社会福祉協議会茨城わくわくセンター(〒310-8586水戸市千波町1918 ☎243局8989)へ申し込みください。

「第４次東海村行財政改革大綱（案）」へご意見をお寄せください

村では、計画的な財政運営による安定した財政基盤の構築と、効果的で効率的な行政運営を推進するために「第４次東海村行財政改革大綱」の策定を進めています。この大綱（案）について、皆さんのご意見をお寄せください。

公表場所▼①政策推進課（役場行政棟３階）②各コミュニティセンター③村公式ホームページ

提出方法▼公表場所備え付けの様式に必要事項を記入の上、３月14日（金）までに、持参（土・日曜日を除く）・郵送・ファクシミリ・電子メールのいずれかで、政策推進課政策推進担当（〒319・1192 東海３・７・１ FAX 287局0317 e seisaku@vill.tokai.ibaraki.jp）へ提出してください。※様式は村公式ホームページからもダウンロードできます。

その他▼▽必要事項の記入がないものは受け付けできません。▽ご意見の詳細について、個別に確認させていただく場合があります。▽お寄せいただいたご意見は「第４次東海村行財政改革大綱」策定の参考とするとともに、ご意見の概要とその対応について、匿名での公表を予定しています。

問政策推進課政策推進担当（内線1333・1336）

入札参加資格審査（物品調達・役務の提供等）の追加申請

平成25・26年度東海村発注の物品調達・役務の提供等に係る、入札参加資格審査の追加申請を受け付けます。

受付期間▼３月３日（月）～７日（金）（午後５時到着分まで）

その他▼入札参加資格の有効期間は平成26年６月１日から平成27年５月31日までです。

申・問財務課（役場行政棟３階）備え付けの「物品調達等入札参加資格審査申請書」に必要事項を記入の上、必要書類を添えて、郵送（宅配便可）で財務課管財・検査担当（〒319・1192 東海３・７・１ 内線1385）へ申し込みください。※詳細は、村公式ホームページにも掲載しています。

入札参加資格審査（建設工事、建設・設計・測量コンサルタント等）追加申請

平成25・26年度東海村発注の建設工事と建設・設計・測量コンサルタント等に係る入札参加資格審査の追加申請を県と県内一部の市町村との共同で受け付けます。

受付期間▼３月３日（月）～７日（金）

その他▼入札参加資格の有効期間は平成26年６月１日から平成27年５月31日までです。

申茨城県監理課ホームページ（http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/doboku/01class/class01/kensetsugyo_main.htm）をご覧ください。※村では受け付けません。

問茨城県監理課（☎301局4334）、東海村財務課（内線1385）※詳細は、村公式ホームページにも掲載しています。

ワーク・ライフ・バランスを推進する中小企業を応援します

「ワーク・ライフ・バランス」とは、仕事と生活（家事や育児、趣味や自己啓発等の仕事以外の時間）の調和がとれていて、どちらも充実していることをいいます。県では、ワーク・ライフ・バランスを推進する中小企業を応援するための取り組みを進めています。

内容▼従業員のワーク・ライフ・バランスを実現し、さらに生き生きとした職場とするために、「仕事と生活の調和推進計画」を策定し、提出してください。計画は、県のホームページに掲載します。企業のイメージアップにつながるとともに、県の建設工事入札資格審査の際の加点項目としても取り扱われます。

申・問詳細は、茨城県労働政策課（☎301局3635）へお問い合わせください。

となりのまちから

笠間市●「かさま国際音楽アカデミー」

世界最高峰の講師によるピアノ・バイオリンのレッスンの一部が一般公開されるほか、講師や受講生によるコンサートが開かれます。

コンサート日時等▼

日　時	出演者等	料　金
3月22日（土）15:00～16:30	ザハール・ブロン	▽一般…1,500円／人 ▽高校生以下…1,000円／人
3月23日（日）14:00～15:30	若林顕	
3月29日（土）15:00～16:30	ミハイル・ヴォスクレセンスキー	
3月25日（火）16:30～18:00	ジュネスコンサート（前期）	500円／人
3月30日（日）16:30～18:00	ジュネスコンサート（後期）	

場所▼笠間公民館（笠間市石井2068・1）

申・問チケットの販売方法等の詳細は、かさま国際音楽アカデミー実行委員会事務局（笠間市生涯学習課内 ☎0296・77・1101）へお問い合わせください。

3月の資源物・ごみ収集日割表

問い合わせ　ごみゼロ推進室(☎282-7289)

資源物

地区	収集日	地区	収集日
真崎、村松北、舟石川中丸、外宿2	3日・10日 17日・24日	外宿1	12日・26日
船場、照沼	3日・17日	内宿1、亀下	6日・13日 20日・27日
原子力機構(長堀・荒谷台・箕輪)、須和間、フローレスタ須和間	4日・11日 18日・25日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3	6日・20日
		竹瓦	13日・27日
緑ケ丘	4日・18日	舟石川2	7日・14日 21日・28日
白方	11日・25日	南台、川根	7日・21日
舟石川1、原子力機構(百塚)	5日・12日 19日・26日	豊白	14日・28日
宿、押延、岡	5日・19日	※各回収日の午前7時から8時30分までに出してください。	

燃えないごみ・粗大ごみ

地区	収集日
真崎、村松北、権現山寮、真砂寮、原子力機構(荒谷台)	4日・18日
原子力機構(長堀)、長堀寮、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	3日・17日
緑ケ丘、南台、豊岡、亀下	7日・21日
百塚、豊白、内宿1、内宿2	6日・20日
白方、岡、原子力機構(百塚)	11日・25日
舟石川1、船場	10日・24日
宿、川根、照沼、押延、須和間、フローレスタ須和間、原子力機構(箕輪)	14日・28日
舟石川2、舟石川中丸	13日・27日

燃えるごみ ※祝日の収集も行います。

地区	収集日
真崎、村松北、白方、宿、岡、原子力機構(箕輪・百塚・荒谷台)、真砂寮、権現山寮、南台、緑ケ丘、押延、須和間、川根、照沼、豊岡、亀下、フローレスタ須和間	(毎週)月・木曜日
舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機構(長堀)、長堀寮、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2	(毎週)火・金曜日

げんきアップ通信 141

外食も健康的に！「いばらき健康づくり支援店」

今月は、「東海村食育推進行動計画」でも推進している「いばらき健康づくり支援店」についてご紹介します。

■「いばらき健康づくり支援店」とは…？

「いばらき健康づくり支援店」は、健康づくりに取り組む方々も安心して外食を楽しめるように支援する飲食店等として、県に登録されたお店です。

■登録店はどんなお店なの？

「いばらき健康づくり支援店」に登録されているお店は、パンフレット等による健康関連情報の提供や受動喫煙防止に取り組んでいるほか、次の5つのうち、いずれか1つ以上を実施しています。

①栄養成分表示
カロリーや塩分などを表示する。

②食事バランスガイドの表示
主食、副菜等のバランスを表す食事バランスガイドを表示している、またはガイドに基づいたメニューを提供している。

③ヘルシーメニュー
“野菜たっぷり”“カロリー控えめ”などのメニューがある。

【例】1献立が600キロカロリー以下、1献立中の食塩相当量が3グラム以下…など

④ヘルシーオーダー
健康に配慮したサービスがある。

【例】ハーフサイズ(半量)メニューがある、ノンオイルドレッシングや減塩しょうゆが備えてある、ソースが別添えになっている…など

⑤独自の取り組み
健康に配慮した独自の取り組みをしている。

【例】有機野菜を使用している、高齢者のために食材の切り方や調理法を工夫している…など

■東海村の「いばらき健康づくり支援店」

1月末現在、村内5つの店舗が「いばらき健康づくり支援店」に登録されています。

◇株式会社 燦食(さんしょく)
◇ケーキ&カフェ工房 ルアール
◇ステーキ屋 ぶどう亭
◇カジュアルレストラン グルヌイユ
◇横浜らーめん 椿家

※村では、「いばらき健康づくり支援店」の登録店舗数の増加を推進しています。

■情報提供もお待ちしています

最近、野菜中心のメニューや植物性たんぱく質を使った料理を提供するなど、健康を意識した飲食店が増えているようです。また、各種検診の受診率や栄養調査等から、東海村は、他市町村より健康への意識が高い傾向にあります。

皆さんも村内の「いばらき健康づくり支援店」に足を運んでみてはいかがでしょうか。また、「あのお店は健康を意識したこんなメニューがあるよ」「このお店は禁煙だよ」などの情報を、ぜひ保健センターまでお寄せください。

■問い合わせ

保健センター(☎282局2797)

今月のしゃしん 「冬の食べ物」

【カプチーノ】カラダもココロも温まります！
藤枝 健一さん（照沼）

【ユズ】今年もたくさんとれました！ ユズ風呂も楽しみ♪
木梨 光博さん（豊岡）

【お雑煮】ポイントは最後に散らすユズです♪
鈴木 紀一さん（照沼）

【スイートポテト】サツマイモの甘さを凝縮！
芋畑 香さん（東海）

【鍋】たっぷりのホウレンソウと豚肉が入っています！
冨永 寧さん（舟石川）

■次回の公募は行いません■
次回は村内で活動する団体をご紹介する予定です。
問い合わせ▼総務課広報・情報政策担当（☎282-1711 内線1316）

ふるさと歴訪 ～歴史を再発見～

記録に残されなかった 久慈川開削の意味

東海村文化財保護審議会委員 高橋 裕文

久慈川は、江戸初期の「正保常陸国絵図」によると下流で大きく蛇行し、河口部は北に屈曲して海に流れ出ていましたが、寛政5（1793）年の「常陸国領図」では、下流部分が現在のように真っすぐになっています。これは、蛇行している部分を、寛文6（1666）年に竹瓦村で350間（630メートル）、亀下村で300余間（約540メートル）開削したためです（「水府志料」ほか）。しかし、それを誰が何のために行ったかは不明となっています。

このころの水戸藩はというと、寛永検地後の正保元（1644）年、各奉行に堰・川除（堤防等の氾濫防止施設）・ため池・新田の計画を立てるように指示しています（「水城金鑑」）。久慈川では、左岸の辰之口江堰が慶安2（1649）年から翌年の工事で完成、右岸の岩崎江堰が慶安元（1648）年から承応元（1652）年の工事で完成し、それぞれ水田の水として使用されました。これらは望月恒隆や永田茂衛門・勘衛門父子などの指図で行われました（「水戸市史」中巻一）。

「正保常陸国絵図」（開削部分を加筆）

久慈川の開削と似た事例として、千葉県の養老川では近世から明治にかけて地元の有力者が、蛇行する部分を「川廻り」と称して開削する工事を33か所も行い、残された蛇行部分を新田にしています（「勝浦市史研究」2・3号）。

久慈川の場合は、大規模である上、うまく通水しないと氾濫する恐れがあり、「正保国絵図」に基づく正確な設計を必要としたことから、2か村だけの工事ではなく、藩の関与があったと考えられます。開削後に新田開発するにも、旧河道（古川）は底が深く、人が埋まってしまうほどだったようで、水抜きして新田化できたのは幕末のころでした。

このため、効果がなかったこの開発全体について、藩の記録には載せられなかったのでしょう。

【お詫び】石高の取り扱いに不備があったため、文章の一部を削除しました。

▼発行 東海村 ▼編集 総務部総務課
〒319-1192 那珂郡東海村東海三丁目7番1号 ☎029(282)1711 http://www.vill.tokai.ibaraki.jp